

## 1. Titel des Vortrages:

„Omega-3-Konzentrate“

## 2. Abstract:

Die Versorgung der deutschen Bevölkerung mit langkettigen omega-3-Fettsäuren (Eicosapentaensäure/EPA und Docosahexaensäure/DHA) ist unzureichend. Das legen auch die Daten der Nationalen Verzehrsstudie nahe, nach der die Deutschen viel zu wenig Fisch, die Hauptquelle von EPA und DHA in der Ernährung, essen. Verschiedene Fachgruppen und Behörden empfehlen eine tägliche Zufuhr an EPA und DHA von 250-500 mg. Bei Schwangeren und Stillenden werden zusätzlich 200 mg DHA pro Tag empfohlen, da DHA eine wichtige Rolle bei der Entwicklung des Gehirns und der Sehvermögens des Babys spielt. Diese Verzehrsmengen an DHA sind allerdings für Schwangere und Stillende nur schwer zu erreichen, da viele Lebensmittel wie große Fische, roher Fisch, geräucherter Fisch oder Meeresfrüchte allgemein nicht oder nur in geringem Umfang aufgrund verschiedener Risiken (wie z.B. Umweltkontaminanten, mikrobielle Risiken, krebserregende Stoffe) verzehrt werden sollten. Bei diesen Gruppen ist eine gezielte Supplementierung mit DHA-reichen Fischölkonzentraten sinnvoll. Fischölkonzentrate liefern einen hohen Gehalt an den langkettigen omega-3 Fettsäuren (wie z.B. DHA), so dass normalerweise nur eine Kapsel pro Tag konsumiert werden muss, um den täglichen Bedarf zu treffen. Über den Aufreinigungs- und Konzentrierungsprozess werden unerwünschte Fettsäuren (gesättigte, omega-6) oder mögliche, im Fisch vorkommende Kontaminanten (PCBs, Dioxine, Methylquecksilber) schonend entfernt, so dass die resultierenden Produkte ideal für sensitive Verbrauchergruppen wie Schwangere und Stillende ist.

## 3. Profilfoto:



## 4. Lebenslauf:

Dr. Bernd Haber  
Lebensmittelchemiker  
Director Global Regulatory & External Affairs  
Globales Geschäftssegment Human Nutrition  
BASF SE

Schwerpunkt seiner bisherigen Tätigkeiten: regulatorische Betreuung von Lebensmittelzusatzstoffen und ernährungsphysiologischen Stoffen in der Food Ingredients-Industrie.

Mitglied in verschiedenen nationalen und internationalen Verbänden (VCI, ELC, BLL, NATCOL, IADSA) sowie wissenschaftlichen Expertengruppen (GVF, ILSI Europe, LMChG). Mitglied des Kuratoriums des BLL, stellvertretender Vorsitzender von IADSA und Vorsitzender der Fachvereinigung Lebensmittelzusatzstoffe des VCI. Mitherausgeber und Autor des Behr's Praxiskommentars „Health & Nutrition Claims“.